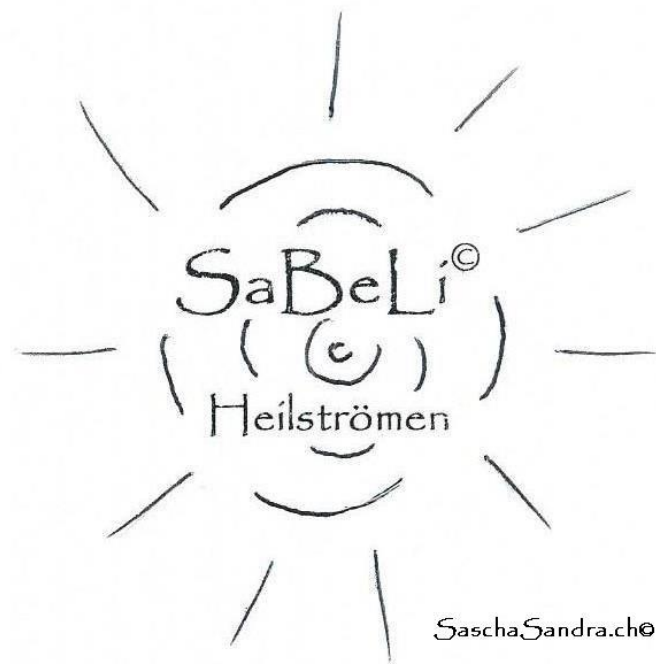




# SaBeLi<sup>®</sup> Heilströmen

Neue energetische LichtBehandlung  
für innere Zufriedenheit

Empfangen, Altes loslassen und Platz machen für Neues



Eine Behandlung, die dein Licht zum Leuchten bringt

## Du und dein Körper

Wie fühlt sich dein Körper an?

Ist er total **entspannt**, **vital** und trägt jeden Tag dazu bei, dass du dich **wohl** fühlst in deiner Haut? Wie schön! Geniesse es und Sorge dafür, dass es so bleibt!

Ist er **verkrampft**, alles **schmerzt**, oder fühlt er sich gar **müde** an, als wäre er so **schwer** wie Blei?

Spürst du deinen Körper? Nicht nur die Schmerzen – sondern das, was dahinter «verborgen» ist – seine Essenz, seine Lebendigkeit...

Dein Körper will nur das Beste für dich! Er bemüht sich Tag für Tag, Nacht für Nacht, deiner Seele ein gutes Zuhause zu sein.

Das ist für dich schwer zu glauben? – da er dich doch «im Stich lässt» – schliesslich schmerzt er ja...

### Stell dir mal vor:

Da ist dieser unglaubliche Körper - entstanden, gewachsen aus einer befruchteten Zelle - ohne dein bewusstes Zutun oder das deiner Mutter. Die Absicht dahinter ist es, das perfekte Zuhause für deine Seele zu schaffen, die schon ganz aufgeregt darauf wartet, ihre abenteuerliche Reise anzutreten. Sie hat sich so viel vorgenommen, will so viel erleben, erfassen, spüren und fühlen!

Während der Zeit der Schwangerschaft in tiefer Geborgenheit, nimmt die Seele langsam Kontakt zu ihrem neuen Zuhause auf. Sie schaut sich um, lässt sich immer mehr ein und nimmt dann ganz ihren Platz ein. Das fühlt sich wohligh an, geborgen, geliebt und stimmig.

Dann löst sich der Körper ab in seine Eigenständigkeit (bei der Geburt) und oha – was ist jetzt los? Nichts ist mehr so leicht und wohligh. Alles ist plötzlich schwer. Die Schwerkraft übernimmt mit einem Schlag das Kommando... Einfache Bewegungen, wie z.B. sich drehen, den Kopf heben etc. sind plötzlich gar nicht mehr möglich... Was für ein Frust...

Doch der Körper lässt sich davon nicht abschrecken. Er bildet zusammen mit Geist und Seele eine Einheit, er beschützt sich selber, lässt dem Geist seinen Freiraum und beheimatet die Seele. Zusammen sind sie ein Team. Zusammen funktioniert alles.

Wie wundervoll!  
Kannst du dir das vorstellen?  
Kannst du es vielleicht sogar fühlen?

Weshalb dann der Schmerz? Weshalb das Burnout? Weshalb die Abgeschlagenheit?  
Weshalb, weshalb, weshalb????

So vieles stürmt auf dich und deinen Körper ein, so viele neue Eindrücke, Erfahrungen...

Um in der Balance zu bleiben, brauchst du immer wieder Entspannung, Ruhe und **das Vertrauen, dass du perfekt bist**, so wie du bist.

Findet dieser Ausgleich über längere Zeit (manchmal Jahre / Jahrzehnte) nicht statt, ist es nicht verwunderlich, wenn du irgendwann überlastet bist, müde wirst, nicht mehr weisst, wie du dich regenerieren kannst...

Was meinst du, wie sich dein System bemerkbar macht, dass etwas nicht stimmt?

**Genau! Durch Schmerz, Müdigkeit, Lustlosigkeit, Abgeschlagenheit, Ärger, Wut... die Nerven liegen blank...**

Was kannst du dafür tun, damit du wieder in die Balance kommst?  
Wie kannst du Muster auflösen, die deinen Alltag ganz unbewusst steuern?  
Was ist möglich, damit du dich und deinen Körper wieder spürst?

**Der Schlüssel dazu ist Entspannung!**



## Wer bist du ohne deinen Körper?

Was wäre, wenn wir nicht unser Körper sind, sondern ihn bewohnen, benutzen dürfen, ausfüllen... Sollten wir ihn denn dann nicht auch pflegen? Innerlich wie auch äusserlich?

### Wenn wir nicht unser Körper sind - wer sind wir dann?

Eine gute Frage. Dafür gibt es viele verschiedene Ansichten, Ausdrücke und Beschreibungen. Was spürst du, wenn du dich fragst: «Wer oder was bin ich?»

Vielleicht erhältst du keine Antwort in Form von Worten. Vielleicht ist es eine leichte Ahnung, vielleicht ein Gefühl oder vielleicht ein Bild.

Alles was in dein Bewusstsein kommt, ist richtig. Es ist deine Wahrnehmung – deine Wahrheit.

Wir haben nicht nur einen Körper, wir haben auch ein Bewusstsein – vielleicht **sind** wir sogar Bewusstsein...

Hier geht es jedoch in erster Linie um das Bewusst- und Unterbewusstsein, welches wir haben. Dies ist wie ein Eisberg. Bewusst ist uns der Teil, der aus dem Wasser ragt. Doch der grössere Teil des Eisbergs befindet sich unter Wasser – für uns nicht sichtbar. Alles was wir erleben, erfahren, sehen etc. speichern wir in diesem «Eisberg» ab. Wir haben jederzeit Zugriff dazu – meist unbewusst. So können wir uns auch unsere Muster, Automatismen etc. erklären.

Brauchen wir denn alles, was wir über die Jahre in den «unsichtbaren» Teil des Eisbergs gepackt haben?

### Stell dir mal vor:

Ballast, unnötige Verstrickungen, Begrenzungen, Muster, Glaubenssätze und alles, was uns sonst noch behindert, um frei und glücklich zu sein,

- werfe ich ab
- löse ich auf
- wandle ich um!

### Wie fühlt sich das für dich an?

Hast du Lust, dein System runterzufahren und neu zu starten, um dadurch mehr Freiraum für alles zu schaffen, was mit Leichtigkeit in dein Leben kommen kann?

# Die Essenz der Behandlung

## Wie funktioniert SaBeLi<sup>®</sup> Heilströmen?

Wenn ich eintauche in die Energie von SaBeLi<sup>®</sup>, finde ich ganz viel Kraft und Lebendigkeit. Es fühlt sich an, wie ein Aufräumen im Chaos unseres Lebens.

Wir kommen auf die Welt und die Seele verbindet sich mit unserem Körper. Lassen wir sie ihren ganzen Platz einnehmen? Darf sie sich bis in jeden kleinsten Winkel einnisten? Oder fühlt sie sich vielleicht unwohl in ihrem neuen Zuhause?

## Stellen wir uns unseren Körper einmal als ein neugebautes Haus vor:

Während der Bauzeit machen wir uns schon vertraut mit unserem neuen Zuhause. Immer wieder einmal gehen wir vorbei, laufen durch den Rohbau, stellen uns vor, wie es sein wird, darin zu leben. Vielleicht fühlen wir uns auf Anhieb wohl oder wir können uns noch nicht so ganz vorstellen, wie es sein wird, wenn wir dann wirklich hier sind.

Obwohl wir uns auf das neue Zuhause freuen, sind wir beim Einzug nicht unbedingt frei. Meist schleppen wir viele Dinge und Erinnerungen vom alten Ort mit. Dinge von denen wir uns nicht trennen konnten oder Dinge, die noch nicht erledigt sind.

Wir beginnen uns voller Freude in unserem neuen Zuhause einzurichten, auszubreiten und leben uns langsam ein. Manchmal denken wir mit Sehnsucht an das Alte zurück – gerade in Momenten, wo uns das Neue noch nicht so vertraut ist.

Einige Dinge passen nun vielleicht doch nicht in die neue Umgebung, aber trennen können wir uns noch immer nicht davon. **Wie gut, dass wir einen Keller haben.** Da können wir alles verstauen, mit der Gewissheit, dass es immer noch da ist, falls wir es irgendwann brauchen... Irgendwann haben wir so viel «Müll» im Keller verstaut, dass uns der Überblick fehlt. Zum Glück gibt es da eine Tür, die wir verschliessen können. So werden wir nicht immer daran erinnert, dass wir einmal aufräumen könnten/sollten... Uns graut regelrecht davor. Nur schon der Gedanke daran raubt uns Energie... Also ist es einfacher, die Scheuklappen auszufahren und so zu tun, als gäbe es diesen Keller gar nicht. Es scheint so einfach, immer an der verschlossenen Türe vorbeizugehen. Und doch wissen wir ganz genau, dass da diese unaufgeräumten Dinge sind...

Und dann kommt der Tag, an dem wir die Tür aufschliessen. Meistens schaffen wir es nicht alleine, deshalb haben wir uns Hilfe geholt. Erst öffnen wir alle Fenster und lassen Luft und Licht herein. Das Chaos ist zwar gross, doch, wenn wir uns ihm stellen und es nicht mehr im Dunkeln verstecken, gelingt es uns, Schritt für Schritt aufzuräumen, auszumisten, Ordnung zu schaffen.

**Welche Wohltat! Wir können uns befreien und gleichzeitig Platz schaffen für so viel Neues.** Evtl. kann der Raum danach ganz anders genutzt werden?

## Mit dem Heilströmen wird etwas Ähnliches gemacht.

Unser Unterbewusstsein ist wie der Keller in unserem Haus. Manchmal werden wir von Dingen eingeholt, die schon lange nicht mehr in unser Weltbild passen, oder die wir schon längst vergessen geglaubt haben. Diese Dinge können uns Angst machen oder unseren Alltag erheblich beeinflussen oder unseren Lebensfluss blockieren. Anstatt diese Dinge immer wieder zu unterdrücken, zu verstecken oder gar zu verleugnen, können wir die Tür öffnen, Licht hereinlassen und aufräumen.

### Was daran so toll ist?

Du musst nichts tun! Du darfst dich entspannen und einfach geschehen lassen. Du darfst darauf vertrauen, dass sich nur so viel auflöst und weggeräumt wird, wie du auch bereit bist loszulassen. Dies verschafft dir Platz für Neues und den Raum für mehr Lebensfreude. Und du musst nicht einmal wissen, was es genau war.

**Es sind bloss Erinnerungen, die heute keine Bedeutung mehr haben!**

## SaBeLi® Heilströmen ermöglicht noch etwas Anderes.



Wir sind ja so viel mehr als nur unser Körper und unser Verstand!

**Wir sind Licht, Energie, Schwingung, Universum, Intelligenz...**

Und dann ist da noch die Seele, die unseren Körper bewohnt, erfüllt, energetisiert...

Wie sieht es bei dir aus? Hast du dir schon einmal die Frage gestellt:

- Ist meine Seele ganz in mir zu Hause?
- Füllt sie jede Zelle meines Körpers aus?
- Fühlt sie sich sicher und geborgen?

Bist du dir deiner Seele überhaupt bewusst – und wie fühlt sich das an, wenn sie ganz in deinem Körper zu Hause ist?

Durch das Strömen laden wir deine Seele ein, ihren Platz einzunehmen, sich ganz in dir auszubreiten.

## Als Behandlung sehr tiefgreifend für den Klienten

## Wofür steht SaBeLi<sup>®</sup> und wie kam ich dazu?

Es hat sich allmählich entwickelt. Über Jahre des Suchens, vielen Schmerzen, verschiedenen Ausbildungen, Begegnungen mit lieben Menschen und mit Hilfe meines Geistführers.

**SaBeLi<sup>®</sup> steht ursprünglich für Sascha (mein Name), Berührung und Licht.**

**Es kann jedoch genauso gut heissen: Sanfte Berührung mit Licht.**

Es ist ein Ablauf mit verschiedenen Griffen am Körper (vor allem am Kopf), wobei durch achtsame Berührung Licht (=Energie) fließen/strömen kann. Meine Hände sind quasi die Vermittlung zwischen dem was ist, und dem was sein darf.

## Für wen und wann eignet sich SaBeLi<sup>®</sup> Heilströmen?

Diese Behandlung eignet sich für Kinder, Schüler, Jugendliche, Erwachsene, Schwangere oder solche, die es werden möchten – **also für jedermann.**

Eigentlich immer, wenn du nicht ausgeglichen bist. Hier einige Beispiele:

- Bei Stress, Abgeschlagenheit, Burnout, Lustlosigkeit, Schlafproblemen
- Auf der Suche nach sich selbst
- Nach Operationen
- Als Alternative zur Gesprächstherapie
- Bei Ängsten und Sorgen
- Bei Kinderwunsch
- Für eine entspannte Schwangerschaft
- Als Geburtsabschluss oder bei Geburtstraumen

usw.

*Die Behandlung ersetzt keine ärztliche Diagnose oder Behandlung*

Auf YouTube unter [SaschaSandra.ch](https://www.youtube.com/SaschaSandra.ch) findest du einen kleinen Film darüber oder direkt auf meiner Homepage [www.SaschaSandra.ch](http://www.SaschaSandra.ch)

## Fühlt sich das für dich gut an?

Dann buche eine Behandlung bei [SaschaSandra.ch](https://www.SaschaSandra.ch)

### **SaschaSandra.ch, Frau Sascha Renger**

Äussere Vordergasse 5, CH-8353 Elgg

Tel. +41 79 523 31 46 / [kontakt@saschasandra.ch](mailto:kontakt@saschasandra.ch) / [www.SaschaSandra.ch](http://www.SaschaSandra.ch)